

## DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR .....	iii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Batasan Masalah .....	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN TEORI, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS	
A. Kajian Teori.....	7
1. Pengertian Kebugaran Jasmani .....	7
2. Fungsi Kebugaran Jasmani.....	9
3. Komponen Kebugaran Jasmani.....	10
4. Faktor Yang Mempengaruhi Kebugaran Jasmani.....	17
5. Latihan Kebugaran Jasmani .....	19
6. Tes Kebugaran Jasmani.....	24
7. Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Kesehatan.....	25
8. Pengertian Prestasi Akademik.....	25
9. Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Akademik .....	26
10. Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Prestasi Akademik.....	28
B. Penelitian Relevan.....	31
C. Kerangka Berfikir.....	32
D. Hipotesis Penelitian.....	33

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	34
B. Metode Penelitian.....	34
C. Desain Penelitian.....	35
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
1. Populasi.....	36
2. Sampel.....	36
E. Instrumen Penelitian.....	38
F. Langkah-langkah Penelitian.....	47
G. Teknik Pengumpulan Data .....	48
H. Teknik Analisis Data .....	48

### BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	54
1. Kebugaran Jasmani.....	54
2. Prestasi Akademik.....	56
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	57
1. Uji Normalitas .....	57
2. Uji Homogenitas.....	58
3. Uji Lineritas .....	59
4. Uji Analisis Regresi .....	60
C. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	62
D. Pembahasan.....	64

### BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	68
B. Saran.....	68

DAFTAR PUSTAKA.....	70
---------------------	----

### LAMPIRAN